

ЕВГЕНИЯ ЕЛИСЕЕВА

МАГИЯ НАРОДНОЙ КУКЛЫ

РУКОВОДСТВО
ПО ФОЛЬКЛОРНОЙ
КУКЛОТЕРАПИИ



Евгения Елисеева

**Магия народной
куклы. Руководство по
фольклорной куклотерапии**

«Издательские решения»

Елисеева Е.

Магия народной куклы. Руководство по фольклорной куклотерапии
/ Е. Елисеева — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-518275-3

Эта книга будет полезна в первую очередь психологам, педагогам и социальным работникам, помогающим женщинам и детям. Много нового для себя почерпнут рукодельницы, которые уже отдали свое сердце народной кукле. А девушки и женщины, которые хотят впустить в свою жизнь гармонию и спокойствие, смогут сделать это, смотав маленькую помощницу. Книга раскроет множество секретов, как превратить обычное рукоделие в процесс глубокой внутренней трансформации.

ISBN 978-5-00-518275-3

© Елисеева Е.
© Издательские решения

Содержание

Введение	6
Часть 1. Семь тайн народной куклы	7
Глава 1. Непростая история простой игрушки	7
Глава 2. Три слоя опыта человеческого	9
Глава 3. Не режь судьбу свою	10
Глава 4. Живая вода куклотерапии	11
Глава 5. Почему у куклы нет лица?	13
Глава 6. Ах, как кукла хороша!	14
Глава 7. Три мира, три уровня решения проблем	15
Часть 2. Куклы на все случаи жизни	17
Глава 1. Используй всё, что под рукою...	18
Глава 2. Куколка, куколка, покушай, да про моё горе послушай...	23
Куклы, продуцирующие магию	23
Куклы-защитницы	26
Очистительные куклы	28
Конец ознакомительного фрагмента.	30

Магия народной куклы Руководство по фольклорной куклотерапии

Евгения Елисеева

Дизайнер обложки Екатерина Семенова

Фотограф Елена Швайгер

Иллюстратор Елена Шах

© Евгения Елисеева, 2021

© Екатерина Семенова, дизайн обложки, 2021

© Елена Швайгер, фотографии, 2021

© Елена Шах, иллюстрации, 2021

ISBN 978-5-0051-8275-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Вековые традиции исцеления души

Кукла – одна из самых настоятельных потребностей и вместе с тем воплощение одного из самых очаровательных женских инстинктов у девочек. Лелеять, наряжать, украшать, одевать, раздевать, переодевать, учить, слегка журить, баюкать, ласкать, укачивать, вообразить, что нечто есть некто, – в этом всё будущее женщины. Мечтая и болтая, готова игрушечное приданое и маленькие пелёнки, нашивая платища, лифчики и крошечные кофточки, дитя превращается в девочку, девочка – в девушку, девушка – в женщину. Первый ребёнок – последняя кукла.

В. Гюго, «Отверженные»

Вы знаете, зачем на Руси все девочки, девушки и замужние женщины делали кукол? А кому ещё можно доверить все свои печали и невзгоды, как не тряпичной подружке. Только она сохранит всё в секрете! Кто, как не куколка, поможет быть рачительной хозяйкой, всё успеть. Она и замуж выйти поможет, и детишек здоровеньких родить. Ну и присмотрит за ними, конечно.

Важную роль на Руси играла куколка в сохранении здоровья и семейного благополучия домохозяек. Девочки с её помощью учились прясть, готовить, шить-вышивать. И, конечно же, ни один праздник на Руси не обходился без кукол: Масленица, Святки, Пасха, Иван Купала, начало сбора урожая, свадьбы и рождение детей.

Сейчас происходит удивительная и очень верная тенденция возвращения к истокам славянской культуры. Ведь не было раньше психологов и психотерапевтов. А вот куклы были. И вышивая малышке фартук или заплетая ей косы, девушка решала очень важные жизненные вопросы.

Позвольте представиться – Евгения Елисеева. Практический психолог, арт-терапевт и тренер НЛП со стажем 20 лет. Вот уже пять лет как одним из инструментов моей работы являются народные куклы. И теперь я хочу поделиться с вами своими выводами, открытиями и техниками.

Эта книга будет полезна в первую очередь психологам, педагогам и социальным работникам, помогающим женщинам и детям. Ещё много нового для себя почерпнут рукодельницы, которые уже отдали своё сердце народной кукле. И, конечно же, много важного возьмут девушки и женщины, которые хотят впустить в свою жизнь гармонию и спокойствие.

Здесь вы не найдёте подробных инструкций по изготовлению кукол. Разве что чуть-чуть. Не будет в книге рекомендаций, на какой фазе луны делать ту или иную куклу, как правильно проводить с ней обряды и какие заговоры читать во время изготовления. Если вы открыли книгу в надежде почерпнуть эту информацию, то пришли не по адресу.

А вот если вы хотите решить свои проблемы в семье, укрепить здоровье, наладить контакт с детьми, реализовать свои цели и желания, то книга раскроет множество секретов, как превратить обычное рукоделие в процесс глубокой внутренней трансформации.

Часть 1. Семь тайн народной куклы

И кто не согласится, что из всех тайн, раскрытие которых наиболее интересует человеческое существование, «тайна куклы» есть самая существенная, самая захватывающая?

М. Е. Салтыков-Щедрин, «Игрушечного дела людишки»

Глава 1. Непростая история простой игрушки **Кукла как посредник между сознанием и бессознательным**

Когда я начала работать с народной куклой, сделала множество интересных открытий. И с удовольствием готова поделиться с вами.

Вот уже на протяжении нескольких тысячелетий куклы являются важной частью человеческой культуры. Они сопровождают человека всё его детство, а порой остаются в жизни как талисман, оберег или хранитель важных моментов.

Как ни странно, они появились задолго до письменности и живописи. Самым древним из обнаруженных археологами кукол насчитывается около 4 тыс. лет. Маленькие фигурки не предназначались для игр, а хоронились вместе с хозяином в качестве погребального дара, чтобы скрасить одиночество умершего в другом мире. Часто куклы использовались жрецами Древнего Египта в проведении ритуалов, посвящённых богу Осирису.

В Древнем Риме куклы переместились на театральные подмостки и высмеивали людские пороки и несовершенства. А в период Средневековья Святая Церковь считала кошунственным искажением человеческого образа. Фигуры широко использовались колдунами и ведьмами для проведения различных ритуалов.

На Руси кукле отводилось особое место. С ней не только играли, но и обучались разным премудростям. Девочки учились шить, вышивать, прясть, варить кашу, заботиться о младших детях. Делали куклы в основном девочки и женщины. Но и мальчики играли с ними. Например, кукла Кулак – это мужская игрушка, которая обучала маленьких мальчиков основам кулачного боя. Связанные из соломы, веточек или кусочков ткани, куклы становились главным действующим лицом большого числа обрядов или оберегали своих хозяев от множества невзгод.

Откуда произошло само слово «кукла»? Е. И. Ковычева в своём исследовании «Эволюция ручных кукол русского народного театра» указывает на связь слов «кукла» и «кулак». Слово «кулак» в древнерусском языке имело форму «кука», что является женской формой имени Великого Бога Кия. Также кукой называли на Руси скрученный из волос узел на голове. А длинные волосы были атрибутом Великой Богини Кука.



Кукла-подружка

В словаре В. И. Даля можно найти такое определение куклы: «Сделанное из тряпья, кожи, битой бумаги, дерева и пр. подобие человека, а иногда и животного».

А С. И. Ожегов в «Толковом словаре русского языка» даёт следующее описание: «Детская игрушка в виде фигурки человека, а также фигура человека или животного в специальных театральных представлениях».

Много интересного можно почерпнуть в исследованиях отечественных и зарубежных учёных. Но суть одна. Кукла – это подобие человека. Именно в этом заключается её первая тайна. Она несёт в себе образ человека, является его метафорой, воплощением в неживом объекте.

На куклу легко перенести все горести и печали, болезни и проблемы. Некий посредник между сознанием человека и его внутренней сущностью – бессознательным. Поэтому метафоричность становится первой предпосылкой использования куклы как инструмента психолога и педагога.

Глава 2. Три слоя опыта человеческого Символическое значение создания куклы

Ещё одной причиной эффективного применения народной куклы в психологии и педагогике является глубокий символизм процесса её создания. Наша психика очень легко может связать практически несвязанные вещи и во всём увидеть всё. Так в созданной своими руками кукле человек видит самого себя. И, осознанно меняя что-то в кукле, перенаправляет внутренние процессы в сторону исцеления души и тела.

Обычно выделяют три уровня символизма: индивидуальный (личные смыслы), культурный (эпоха, вероисповедание, национальность) и архетипический (общечеловеческие смыслы). Например, круг на индивидуальном уровне может означать «линия без начала и конца, обручальное кольцо», на культурном уровне – «божественное начало, Бог, солнце, колесо судьбы», а на архетипическом – «защищённость, материнская утроба».

Опираясь на индивидуальный слой бессознательного, человек видит в кукле определённый, значимый только для него смысл, возникающий в результате полученных знаний, способностей и жизненного опыта. Именно индивидуальный символизм проявляется при первом контакте с куклой. Чем она похожа на своего создателя: внешность, черты характера, эмоции и т. д. С какими ситуациями из прошлого ассоциируется. Этот материал помогает качественно исследовать причины возникновения проблемной симптоматики и провести коррекцию.

Но длительное взаимодействие выносит на поверхность более глубинные смыслы, связанные с культурой, национальностью, вероисповеданием, или даже архетипические образы, присущие всему человечеству в целом.

Глава 3. Не режь судьбу свою Как сохранить целостность

В изготовлении народных кукол есть несколько правил, которые передаются из поколения в поколение и имеют культурные или даже архетипические корни. Так, при изготовлении куклы очень редко используют острые, режущие и колющие предметы. Особенно если делается оберег. Нить нужно перекусывать зубами, обжигать на свече или отрывать. Ткань также рвут на лоскутки руками. Именно поэтому таких кукол раньше называли «рванки».

Если обратиться к словарю символов, то ножницы – амбивалентный символ творения и уничтожения, жизни и смерти, их непредсказуемости, рока. В них две части, соединённые в виде креста, действуют как одно целое. В античности ножницы были атрибутом древнегреческой богини судьбы Мойры. Ими она перерезала нить жизни. В славянской мифологии подобной богиней, прядущей нить жизни, являлась Макошь. То есть тайное послание этого правила – ничего не отрезать от своей судьбы и не перерезать свою нить жизни.

Игла – тоже противоречивый атрибут. С одной стороны, это оберег: иголки и булавки, воткнутые в одежду, служили оберегом от всякого зла и нечистой силы. Но с другой стороны, иголки в углах и под порогом, по народным поверьям, могли служить орудием порчи. Символика иглы также основана на таких её свойствах, как острота, малая величина, способность проникать сквозь или вглубь предметов, а также легко теряться. Она является одновременно и женским символом творческого начала, и мужским символом проникновения в глубинную природу явлений.

В некоторых случаях можно было работать с ножницами и иглой, но только при изготовлении волос, верхней одежды, наряда – ленты, тесьма, кружево, пояс или передник. Также исключением из этого правила являются куклы на основе мешочка, который сшивался по краям.

В этом простом правиле заключён самый главный принцип любой терапии, в том числе и душевной: *grímtu nólí posęre* (прежде всего – не навреди).

Глава 4. Живая вода куклотерапии

Ментальная составляющая процесса творения

Ещё одно правило мотания куколок очень интересно с символической точки зрения – направление мотания нитей и скруток. Нить при соединении элементов и придании формы наматывали по часовой стрелке. Узелки часто вообще не делали. В том случае, если на куклу читался наговор, узелки завязывались обязательно, определённое количество, и назывались они «наузы».

Направление наматывания нити связано с древним славянским символом – коловратом. Он представляет собой круг, от центра которого исходят лучи. Их концы могут быть повёрнуты вправо или влево. Символическое значение этого знака чётко отражено в его названии. Первая часть, «коло», расшифровывается как «круг», значение «врат» соответственно – «движение». Движение по кругу – суть всех истоков, естественных природных циклов, знак бесконечности.



Кукла Северная Берегиня (Лоскутница)

Если лучи коловрата загнуты по ходу солнца, то такой славянский символ называют «посолонь». Он символизирует движение жизненной энергии. Лучи, направленные против часовой стрелки, означают, что это противосолонь, и олицетворяют интуицию, исцеление, магию. Часто посолонь сравнивают с действием «живой» воды, а противосолонь – «мёртвой». Поэтому, наматывая нити посолонь, мастерица как бы «вдыхает» в куклу жизнь.

Завязывание узлов несёт в себе двойственный знак остановки, закрепления и овладения чем-либо. С помощью узлов ловят, захватывают счастье, беду, болезнь, порчу, урожай, плодородие, удачу. Способы плетения наузов восходят к древней практике использования узлов как средства запоминания (фиксации) и передачи информации. Вспомним как минимум зна-

менитые узелковые письма племени майя. Древние замечали, что любая мысль материализуется и для этого её необходимо зафиксировать. И самый простой способ это сделать – завязать «узелок на память». Затягивая узелки и произнося определённые словесные формулировки, мастерица наделяла куклу желаемыми свойствами и характеристиками. Таким образом, к процессу творения добавляется мощный когнитивный (мыслительный) процесс. Создавая словесную формулировку желаемого состояния, автор куклы изменяет свои ограничивающие убеждения на более эффективные.

Глава 5. Почему у куклы нет лица?

Экология как главный принцип работы в куклотерапии

Тряпичные обрядовые куклы имеют ещё одну характерную особенность: у них практически никогда не изображали лицо. По традиционным представлениям самых разных народов, именно через рот, нос, глаза и уши духи-покровители и духи-помощники вселяются в свои изображения.

Отсутствие лица было способом обезопасить человека. Ведь безликая кукла – вещь неодушевлённая, а значит, не сможет быть двойником хозяина и никто не причинит ему зло через такую куклу. Лишь в некоторых случаях лицо обозначали крестом из цветных ниток. Лицевой крест свидетельствует о пребывании её за пределами пространства и времени. Такая кукла является архетипом и несёт в себе образ Великой Богини. Она проводник божественной силы. Это и делает куклу сакральной.

Крест в круге (знак Дажьбога, «солнечный крест», «колесо сансары», «хлебный крест») является одним из самых древних символов. В разных вариациях он встречается практически у всех народов и почти везде ассоциируется с небесной колесницей, на которой передвигаются верховные боги. По сути, крест в круге – всегда символ колеса, то есть – вечного движения, перерождения, обновления, бесконечной жизни. Он является символом гармонизации и единства духовного (вертикальная линия) и телесного (горизонтальная линия), небесного и земного, мужского и женского начал.

Безликость куклы – пятая причина эффективности использования её в психотерапевтическом и коррекционном процессе. Ведь воображение безгранично. И автор куклы может представить любое выражение лица. А значит, доступна проработка самых сильных и сложных эмоциональных состояний. Причём в безопасном и комфортном режиме.

Глава 6. Ах, как кукла хороша!

Ассоциация как ведущий этап взаимодействия с куклой

Все куклы изготавливались только из натуральных материалов: лён, крапива, лыко, солома. Реже использовались шерсть, хлопок и шёлк. Это было естественно, ведь искусственных тканей тогда не было. Да и редко для создания кукол брали новую. Разве что для свадебных и подарочных. Чаще всего использовались лоскутки, оставшиеся от старой одежды. Ведь она уже впитала в себя энергию человека, а значит, несёт отпечаток его души.

Пелёнки для грудничков делали из одежды старшей женщины в семье. А из прохудившейся рубахи отца можно было сотворить куколку на удачу. Матушкин платок прекрасно навевал сон её дитяти, а яркие лоскутки старого девичьего сарафана украшали куколки для привлечения женихов.

В настоящее время не обязательно ограничивать себя только натуральными тканями. И поэтому выбор материалов для куклы может стать замечательным диагностическим инструментом. Цвет, размер, качество, фактура используемых тканей будет уникальна для каждой мастерицы и каждой куколки. Ведь выбранная ткань или нить наполнена множеством личных смыслов, ассоциаций и воспоминаний.

Именно возможность использования и подбора самых разнообразных материалов для изготовления куклы обеспечивает один из важнейших принципов работы арт-терапии – ассоциативности. Процесс выбора актуализирует проблему с помощью возникающих ассоциаций, которые позволяют заново пережить самые разные жизненные ситуации. Чем больше ассоциаций создаётся, тем эффективнее и продуктивнее работа с куклой.

Глава 7. Три мира, три уровня решения проблем Комплексный подход в куклотерапии

Древние славяне рассматривали мир как совокупность и взаимодействие трёх уровней: Прави, Яви и Нави. В человеке они проявлялись как дух, душа и тело. Единство трёх начал создавало состояние гармонии в жизни человека.

Методы Прави решают проблемы на уровне сознания. При отрицании законов бытия, сильной эмоциональной вовлечённости в ситуацию, отсутствии духовных ориентиров человек теряет главное – гармонию со своим божественной основой. В итоге это нарушает целостность слаженной работы всех трёх начал, ослабляя Явь и Навь и приводя к проблемам и болезням.

Факторами, вызывающими дисбаланс, также являются семь Навей, которые нельзя терпеть. К ним относятся боль, недостаток пищи и питья, недостаток сна, холод, отрицательные эмоции (особенно обида) и естественная нужда. Помимо этого, есть семь противоположных Навей – Явей, которым нельзя предаваться. Это наслаждение, избыток тепла, избыток сна, избыточное питьё и еда, лень и неконтролируемое следование своим естественным влечениям. Методы Нави призывали славян сознательно ограничивать свои желания и тем самым оберегать душу. Методы Яви же направлены на развитие тела и увеличение его энергетического потенциала.

Голова куклы может символизировать разум, грудь и руки – эмоции и отношения, а ноги – поведение, активность. Также куклу можно рассматривать как единство трёх уровней психики: Ида, Эго и Супер-эго.

Всё это обеспечивает комплексный подход к решению проблем человека. Несмотря на то что возможными целями работы могут стать духовный, когнитивный (разум), эмотивный (эмоции и чувства), телесный и поведенческий уровни, следует помнить, что главной задачей является воздействие на эмотивный и телесный уровни, так как именно в них чаще всего скапливается «отрицательный заряд». Ведь именно боль, дискомфорт и негативные эмоции являются наиболее сильными сигналами, на которые мы реагируем.



Нитяные игровые куклы

А вот состояния, когда «всё хорошо», мы часто принимаем как должное, как норму и не уделяем этому много внимания. Именно поэтому полезно быть чутким к своим эмоциям, чувствам и их телесным проявлениям.

Часть 2. Куклы на все случаи жизни

Подобно тому, как птицы строят гнёзда из чего попало, – дети делают себе куклу из чего угодно.

В. Гюго, «Отверженные»

На одном популярном интернет-ресурсе, посвящённом народным куклам, я прочитала, что на настоящий момент известно 80 разных наименований. Подсчитала свой список и обнаружила описания 135 кукол. И вправду, на все случаи жизни.

Предлагаю разобраться с классификацией народных кукол более подробно. Систематизировать их можно по пяти главным признакам:

- материалы, которые используются при создании куклы;
- функции, которые выполняет кукла;
- способы мотания куколок;
- цели их создания;
- кто делает и зачем.

Эти категории помогают легко подобрать куклу и стратегию работы с ней для той или иной проблемы и задачи.

Глава 1. Используй всё, что под рукою... Материалы для создания народных кукол

На Руси куклы изготавливались из самых разных материалов: вырезались из дерева, ковались из металла, мотались из ниток, травы и лыка, связывались из лоскутков ткани, лепились из глины. Использовались кожа, мех, ленты, кружево. Всё, что было доступно мастеру.

На страницах этой книги я не буду уделять внимание куклам из твёрдых материалов (дерево, металл, керамика). Ведь после того, как они завершены, их нельзя изменить. Именно в возможности трансформации и заключается суть коррекционного процесса. А вот мягкие куклы как инструмент психотерапии представляют для нас наибольший интерес.

Можно выделить две основные группы мягких кукол: тряпичные и нитяные.

Тряпичные изготавливаются в основном из лоскутков ткани, которые связываются нитями между собой. А нитяные – из нитей, травы, соломы, пакли или лыка.

Символика ткани очень обширна. В древности она носила функции оберега, охраняя владельца от болезней, злых духов и недоброго глаза. В период мора, падежа скота и других бед женщины селения собирались вместе и, как говорят, «всем миром» ткали обрядовое полотно. За один день необходимо было собрать достаточное количество стеблей растений (льна, крапивы или конопли), промыть, потрепать и прочесать волокно. Затем следовал этап прядения. А из готовых нитей уже ткали полотно. А к ночи сквозь него проходили все жители деревни, проводили скот, после чего само полотно сжигалось.

Отражение этого древнего обряда можно найти в сказках Г. Х. Андерсена «Дикие лебеди» и братьев Grimm «Шесть лебедей». Девушка, чтобы расколдовать своих братьев, должна была изготовить для них рубахи из крапивы (у Андерсена) или лепестков астры (у братьев Grimm). И пока рубахи не будут созданы, девушке запрещалось говорить с кем-либо.

В мифологии многих народов, в том числе и славянских, существует образ богини – пряжи или ткачихи. Макошь и её помощницы Доля и Недоля, греческие мойры, римские парки. Нить и полотно в этих образах символизируют жизнь человека, течением которой и управляют богини.



Кукла Доля (Долюшка)

Отголоски о целительных и обережных свойствах ткани можно найти в различных обычаях и суевериях. Так, в православной традиции на крещение младенца принято приносить с собой льняное полотенце. Хлеб-соль гостям подаются на вышитых рушниках. А на свадьбу молодым часто дарят постельное бельё.

Кроме того, куклы редко делались из новых тканей, чаще использовались лоскутки от старой одежды того, для кого куколка предназначалась. То есть кукла несла в себе образ прототипа, его судьбу. И так как куклу можно было «перемотать», то и судьбу можно было изменить.

В основе тряпичных кукол иногда использовали и более твёрдые материалы: деревянные палочки, ореховую скорлупу, ложки и т. д. То есть с символической точки зрения к женскому образу мягкой ткани добавляется твёрдое мужское начало.

Отдельно хочу заметить, что для изготовления женских кукол чаще всего используются «женские» деревья: берёза, рябина, верба, вишня, яблоня, ель и т. д. А вот для мужских образов подходят дуб, вяз, граб, ясень, бук и другие.

В славянской мифологии деревья были объектами поклонений и несли в себе частичку богов. Само мироздание изображалось как гигантское дерево (Мировое древо), ветви которого направлены в небо, в Правь или мир богов. Ствол проходит через Явь или мир людей, а корни уходят в Навь или мир мёртвых, куда попадают души после смерти.

Берёза – это любимое дерево славян. Оно олицетворяет простоту души, доброту и чистоту. Берёзу почитали как символ берегинь и наделяли её целебными качествами. Рябина обладает сильными защитными свойствами. Древние славяне верили, что в дом, под окнами которого посажена рябина, человек с недобрыми намерениями никогда не войдёт. А верба – это основной символ плодородия. Символизирует быстрый рост, здоровье и жизненную силу.

Вишня – дерево-донор. Оно одаривает человека силой, верностью и волей. Наши предки верили, что под вишней собираются все добрые духи. Девушкам она способна подарить любовь, а молодым женщинам – радость материнства. Яблоня считалась деревом женской силы

и сексуальности. Оно способно пробудить в женщине чувственную сторону натуры. А также подарить вечную молодость, здоровье и красоту.

Ель помогает контролировать эмоции, а ещё является символом вечной жизни. А вот сосна считается деревом спокойствия и высоты духа. Она способна очистить внутренний мир человека от постороннего влияния.

Дуб – одно из наиболее почитаемых у славян священных деревьев. Он символизирует мужское начало, мощь, силу, твёрдость, долголетие. Рядом с самым старым дубом проводились все значимые обряды славянской общины.

Вяз – дерево истинных душевных качеств настоящего мужчины. Олицетворяет мужественность, силу воли, решительность и отвагу. Орешник – дерево с очень сильным характером. Одно из основных его качеств – справедливость, умение объективно посмотреть на ситуацию с разных сторон и принять верное решение. Клён – дерево уверенности в себе, внутренней силы и уравновешенности. А вот ясень помогает понять предназначение человека и открывает завесу будущего.

Отдельно хочу сказать несколько слов об осине. В народных представлениях это проклятое дерево. Её не использовали при строительстве домов, не топили ею печь, избегали сидеть в тени дерева, не вносили в дом осиновых веток. Ведь именно из осины был сделан крест, на котором распяли Христа. И на этом дереве повесился Иуда. Одновременно с этим осина широко использовалась в целительстве. На неё переносили болезни человека. Именно осинový кол втыкали в могилу «ходячего» покойника у восточных славян.

Ещё хочу обратить внимание на наполнители, которые также часто используются в изготовлении кукол: зола, травы, крупы, плоды и семена, монеты, украшения и т. д. Каждый из этих элементов имеет свою символику. Таким образом, выбирая наполнитель и деревянную основу куклы, мастерица заранее придавала ей нужные свойства.

Нитяные куклы изначально редко делались из готовых ниток. Чаще использовались растительные волокна: травы, солома, лыко, пенька и льняной очёс. То есть всё то, что ещё не стало полотном. Ещё не несёт в себе следы человеческой судьбы. Заготовка, «чистый лист».

А значит, куклы из ниток ещё не имеют отпечатка судьбы человека, но уже готовы к созданию полотна жизни. Мотая нитяную куклу, мастерица связывает воедино возможные жизненные ситуации, проектирует будущее.

Известны куклы, которые могли создаваться из разных материалов. Например, Неразлучники можно делать только из одного кусочка полотна, из ткани с использованием деревянной палочки (как единой руки мужской и женской фигур), из нитей или природных волокон (лыко, лён, пенька). И, как вы понимаете, куклы, сделанные из разных материалов, будут отличаться по смыслу.

Отдельно хочу обратить ваше внимание на цветовую гамму используемых тканей и нитей. Есть куклы, для которых цвет материалов определён их задачами. Например, кукла Пасха делается из лоскутков красных оттенков. А Рождественский ангел – исключительно белого. Также цвет нитей, которыми обвязываются обережные куклы, чаще всего красный. А вот для изготовления Вербницы и Берёзки используются зелёные. В этом есть глубокий смысл: каждый цвет несёт в себе культурную и символическую нагрузку.



Неразлучники на руке-палочке

Вот некоторые смысловые обозначения цвета используемых нитей и тканей в славянской мифологии:

- Белый – символ света, чистоты, невинности. Это святость, духовность, свобода от всех препятствий. И одновременно для всех возможностей приближенность к Богу. Это вся вселенная.

- Красный – символ жизненной энергии, огня, солнца. Красный цвет на Руси – синоним красоты. Это кровь, а значит, символ как жизни, так одновременно и смерти. Именно поэтому является обережным. Красные ленты, рубахи, сарафаны, сапожки и пояса служили атрибутом праздника.

- Чёрный – цвет негативных сил и печальных событий. В противовес белому это отрицание, отказ, смерть и тень.

- Синий рассматривается как символ всего духовного. Олицетворение мудрости, истинности, бесконечности, вечности. А голубой – это цвет неба, лёгкости, жизни. Голубые одежды помогали выделиться на фоне серых будней.

- Зелёный цвет неоднозначен. С одной стороны, это юность, надежда, радость, а с другой – изменение, непостоянство и ревность.

- Жёлтый (золотой) – цвет солнца, божественности, благородства и достоинства.

- Оранжевый символизирует благодать Божью и присутствие Бога.

- Серый цвет – это нейтралитет, незаметность, скрытность, повседневность. Это цвет неокрашенного льна. Именно такую одежду носили славяне вне праздничных дней.

- Серебряный – цвет умеренности, старости, знания и мудрости.

- Коричневый ассоциировался у наших предков с кормилицей Матерью Сырой Землёй. Она и даёт жизнь, и отнимает.

Но для многих кукол мастерица сама решает, какие цвета тканей и нитей использовать. И это даёт как простор для творчества и проявления индивидуальности самой мастерицы, так и материал для анализа психоэмоционального состояния автора куклы.

Бытует миф, что выбранные цвета всегда соответствуют каким-то критериям. Например, существует цветовой тест Люшера или символика чакр по семи цветам радуги. Есть символическое толкование цвета, и в словарях символов можно найти описание, что означает красный, жёлтый, зелёный и так далее. Хочу вас предостеречь от таких прямых трактовок. Если кукла выполнена в красных оттенках, то это не обязательно должно означать кровь, или жизнь, или агрессию, что это вызывающий цвет. Не всегда чёрный – синоним плохого. Иногда чёрным, наоборот, что-то подчёркивают, оттеняют, придают значимость.

Помните, что к использованию цветов следует относиться так же, как и к использованию других элементов. Всегда необходимо задавать вопрос: какие ассоциации, чувства и переживания вызывает у вас тот или иной цвет, оттенок? У каждого есть своё собственное толкование цвета, есть любимые и нелюбимые оттенки, свои предпочтения, комбинации. И их важно уважать.

Глава 2. Куколка, куколка, покушай, да про моё горе послушай... Основные функции народных кукол

Какие только куклы не делались на Руси! Каждая тряпичная красавица решала конкретную задачу, а иногда и не одну. Например, женщина, которая долго не могла забеременеть, делала куколку На зачатие, а перед самими родами – Помощницу в родах, чтобы облегчить этот процесс.

С точки зрения психотерапии, можно выделить девять основных функций (задач), присущих народной кукле.

Куклы, продуцирующие магию

Примеров таких куколок множество: На зачатие, На замужество, Желанница, Благополучница, Манилка, Мокредина и др. Эти куклы делались для того, чтобы в итоге получить желаемый результат – забеременеть, выйти замуж, увеличить доход или остановить дождь.

Основная функция таких кукол – постановка чёткой и конкретной цели. Ведь достижение желаемого возможно, только если ясно представлять себе конечный результат.

Для работы с такими куклами идеально подходит пятишаговая модель спецификации цели:

1) Проверка цели на позитивность. Этот пункт не зря идёт первым. Наше бессознательное не воспринимает частичку «не». Не думайте о жёлтой обезьяне. Получилось? Очень в этом сомневаюсь. Ведь для того, чтобы не думать, надо сначала подумать о том, о чём думать не следует.

В нашем опыте нет понятия «не болеть», «не быть одинокой», «не обижаться». Бессознательное не любит пустоты. Если мы что-то от себя отторгаем, то это место полезно сразу заполнять чем-то позитивным: быть здоровым, иметь пару, прощать и проще относиться к поступкам и словам других людей. Иначе эта пустота будет заполняться чем придётся.



Кукла Желанница

Кроме того, люди часто используют псевдопозитивные формулировки, которые также полезно изменить. Например, «хочу бросить курить» или «хочу похудеть». В первой фразе есть отрицание процесса курения. Поэтому назревает вопрос: «А что ты будешь делать вместо курения?» И ответ редко приходит сразу. Если человек желает избавиться от какой-то вредной привычки, то резонно выяснить: а на что полезное он её заменит?

Во втором же случае само слово «худеть» несёт в себе некий негативный подтекст: «худой», «худо» (в смысле «плохо»). Это слово полезно заменить на что-то более позитивное – например, «быть стройным». И таких примеров множество. Помните, у бессознательного есть кнопка «включить», но нет кнопки «выключить». Если вы захотите не быть бедным и больным, то никогда не станете богатым и здоровым. Любой результат должен быть сформулирован позитивно!

2) Проверка на личную ответственность. Этот пункт очень интересен и с первого взгляда противоречит самой цели создания куклы. Ведь всё просто, создал куклу, наделил её магией, и она сама дальше работает: притягивает женихов или деньги, лечит, приманивает клиентов, обеспечивает нужную погоду.

Тут ключевое словосочетание – «наделить куклу магией». Кукла в данном случае выступает в роли проводника «магической энергии», своеобразной волшебной палочкой. Но разве она отвечает за результат? Только сам волшебник, а в нашем случае автор куклы, несёт ответственность как за сам результат своей «магии», так и за способы его получения.

Если автор оставит всё на откуп куклы, то не факт, что он получит то, что желает. Помните, что любая цель достижима только тогда, когда она находится в зоне личного контроля человека.

3) Проверка на конкретность. Когда и где я получу результат? Как конкретно я узнаю, что уже достиг его? Какие критерии оценки качества результата для меня важны? Эти и другие вопросы помогут чётко сформулировать то, что автор куклы действительно желает.

Если делается кукла На замужество, то полезно чётко определить критерии выбора жениха: возраст, социальный статус, главные качества характера и т. д. Важно также определиться с временными рамками, а то лет так через пятьдесят вы, возможно, и найдёте свой идеал мужчины.

Если вы, например, создаёте куклу для привлечения дополнительного дохода, то тут полезно чётко осознавать сумму, которую хотите иметь. Ведь повышение зарплаты на 100 рублей – это тоже повышение. Поэтому чем конкретнее сформулирована цель, тем точнее будет результат.

4) Проверка на реалистичность и достижимость тоже важна при создании кукол, продуцирующих магию. Ведь цель «стать владычицей морскою» хоть и интересна, но невыполнима. Именно поэтому стоит задать такие вопросы:

– Насколько ваша цель достижима в условиях современной реальности (законы природы, общества, экономики)?

– Кто-то подобное уже реализовал? Если нет, то какие есть предпосылки реальности цели?

– Насколько ваша цель согласовывается с вашими желаниями, другими целями, образом жизни, реальным положением вещей?

Здесь же полезно задуматься и о ресурсах, которые необходимы для достижения цели:

– Какие ресурсы (материальные, информационные, человеческие, личностные) вам потребуются для достижения желаемого?

– Какие из них уже есть в наличии?

– Какие качества, умения, навыки и другие важные ресурсы надо приобрести? Как, где и когда это можно сделать?

– Какие ресурсы вам пока недоступны и как их отыскать?

Ведь может так случиться, что для достижения желаемого придётся расплачиваться своим временем, энергией, здоровьем и счастьем. И чтобы этого не случилось, надо чётко осознавать реалистичность и достижимость желаний, которые передаются кукле.



Кукла Благополучница

5) Проверка на экологию, а конкретно на целостность, значимость, важность, этичность, гармоничность, выгодность желаемого. Если нарушен баланс между внешним и внутренним, между желаниями и возможностями, между мыслями, чувствами и действиями, то никакая кукла не поможет достигнуть того, что мы хотим. Эта проверка включает в себя два аспекта. Я их называю «цепи и крылья».

Цепи – это те вторичные выгоды, которые получает человек от своей проблемы. Это причины, почему до сих пор он не имеет желаемого. И важно не просто их выяснить, но и понять, как учесть эти выгоды в желаемом результате. Вот примерные вопросы, которые стоит задавать при создании куклы:

– Что хорошего в том, что у меня этого ещё нет (или есть эта проблема)?

– В чём заключается выгода бездействия? Почему мне важно сохранять это проблемное состояние?

– Что я могу потерять в результате достижения цели?

– Как сохранить выгоды в желаемом результате?

Крылья – это те эффекты и последствия, которые ждут человека по достижении желаемого. Позитивные бонусы и подарки придают дополнительную мотивацию, а последствия предостерегают от необдуманных поступков. Тут помогут вопросы:

– Какие эффекты и последствия ждут меня в конце?

– Как результат отразится на... (моей семье, работе, здоровье, личной жизни, карьере, финансовом положении и т. д.)?

– К чему приведёт достижение моей цели?

– Что надо изменить в результате, чтобы эффекты были максимально позитивными?

Так, например, женщина, делающая куклу На зачатие, может не иметь до сих пор детей по многим причинам. Она боится, что не справится и будет плохой матерью. Или что ребёнок родится с отклонениями и наследственными болезнями. Или не уверена в отце младенца. Женщина может быть озабочена своим будущим, и рождение ребёнка угрожает её карьере. Эти причины могут сильно тормозить процесс психотерапии. А изготовление куклы с глубокой проработкой экологии сделает этот процесс более лёгким и эффективным.

А где же магия? Она внутри нас. Автор создаёт куклу, наделяет её безопасным, реалистичным и достижимым желанием. А наш внутренний волшебник – бессознательное – ищет пути его реализации. Ведь у него есть только одна кнопка «включить». А вот кнопки «выключить» не предусмотрено. Поэтому в заданный срок цель достигается в соответствии с теми критериями, которые были заложены в созданную куклу.

Куклы-защитницы

В эту категорию попадают все Берегини и многие другие, например, Кубышка-травница, Берегиня Рода, Колокольчик, Веснянка, От худого слова, Семья, Покосница.

Такие куклы создавались как щиты от любого негативного воздействия извне: порчи, сглаза, злых духов, непогоды, мора, недобрых людей и скверных слов. Их задача – отводить зло от хозяина куколки. Это с точки зрения народных верований. А вот если посмотреть на эту категорию кукол сквозь призму психологии, то можно заметить две главные задачи, которые решают эти куклы: защита личных границ и активизация внутренних резервов организма.

1) Личностные границы – это условная черта между вашим внутренним миром и внутренним миром другого человека. У каждого есть основополагающие жизненные ценности и убеждения, желания, мечты, интересы и предпочтения, принимаемые решения, представления о себе, других людях и мире в целом. Всё это – персональное психологическое пространство. И как все живые существа на планете, человек готов защищать свою территорию.

Или не готов. Так тоже часто бывает. Человек сам определяет степень открытости и доверия с другими людьми. Может ли девушка просматривать сообщения на телефоне своего парня или муж интересоваться перепиской жены в социальных сетях? Имеет ли мама право инспектировать содержимое шкафов женатого сына, а подруга требовать подробности свидания с новым парнем? Согласны ли вы, чтобы двоюродная сестра пожила в вашей квартире на период обучения? Готовы ли вы принять негативную оценку вашего решения или пренебрежение по поводу любимого дела? Всё это вопросы личных границ. Они появляются тогда, когда кто-то пытается их нарушить.

Человек, у которого нет уверенности в себе и своих решениях, имеет неясные, размытые границы. Так как он ещё не до конца осознаёт, что конкретно надо защищать. Незрелость личных границ проявляется во вспышках агрессии (например, у подростков), обиде, ревности.

Индикатором умения отстаивать свои границы является способность сказать «НЕТ». Не всегда, а в том случае, если «ДА» нарушает психологические границы. Человек с чёткими личными границами на попытку нарушить их не будет скандалить или обижаться. Он спокойно проанализирует ситуацию и примет взвешенное решение, как реагировать.

При чём тут куклы? Всё просто. Есть куклы, которые помогают сохранить трезвость ума и не сорваться в негативные эмоции. Например, куколка От худого слова. Маленькая помощница, которую можно носить в кармашке или сумочке, напомнит хозяину о цели общения и позволит отделить поведение автора «худых слов» от его истинного намерения (цели произнесения). Ведь часто мы произносим подобные выражения от беспомощности. Когда других аргументов уже не осталось.

2) Активизация внутренних резервов организма – это вторая важная задача кукол-защитниц. В каждом живом организме изначально заложена программа самовосстановления. И у человека есть такая способность, причём не только самоисцеление тела, но и врачевание душевных ран. Вот только порой она даёт сбой. Особенно если человек теряет веру: в себя, в других людей, в высшие силы.



Куклы Веснянки

Куколки в таком случае выступают в роли аккумуляторов энергии. Они по крохам собирают оставшуюся веру и помогают зажечь искру надежды на исцеление. Создавая куколку, мастер вкладывает в неё свою надежду на позитивный исход сложной ситуации: болезни, конфликта, финансовой потери. И тем самым программирует себя на решение.

Ведь одна из самых серьёзных психологических причин возникновения проблем – это отсутствие позитивного сценария. Наш мозг легко может придумать множество проблем и препятствий. Причём делает это ярко, красочно, со всеми подробностями. А вот на позитивные сценарии ресурсов, как правило, уже не остаётся.

Дело в том, что если негативные сценарии вызывают дискомфорт на уровне ощущений, то с позитивными всё несколько сложнее. За то, что человек испытывает боль, дискомфорт или страх, отвечает самая «древняя», доставшаяся нам ещё от динозавров, структура мозга – ретикулярная формация. Здесь всё просто. Если плохо, то любым способом этого надо избежать. Поэтому негативные эмоции у человека возникают быстро и неосознанно. А значит, практически всегда неконтролируемо.

А вот за позитивные эмоции отвечает лимбическая система, возникшая у древних млекопитающих. Её задача – дать некую оценку ситуации и промаркировать комплекс ощущений как «позитивные эмоции» или «негативные эмоции». Это требует больше времени. А если мы будем говорить не только об эмоциях, но и о чувствах (например, любовь, счастье, радость), то к работе подключается ещё и самое «молодое» образование нашего головного мозга – неокортекс, присутствующий только у высших млекопитающих. Вот и получается, что негативные сценарии приходят сами, а над позитивными нам надо поработать.

Куколки-защитницы помогают создать позитивные сценарии реагирования на сложную или даже проблемную ситуацию. Создают «свет в конце тоннеля». И таким образом подтягивают все необходимые для реализации этого сценария ресурсы организма. Аккумулируют их и направляют на решение на бессознательном уровне.

Очистительные куклы

Для защиты дома от тёмных сил, от сглаза и болезни существовало множество оберегов. Однако жизнь идёт своим чередом. Люди обижаются, ссорятся, ругаются, болеют. Негативная энергетика в итоге накапливается не только в доме, но и в душе человека. И вот тут на помощь приходят очистительные куклы. Их делали для обрядов очищения как пространства внешнего (дома, сарая, двора), так и внутреннего (тела и души человеческой).

Например, кукла Метлушка создавалась для того, чтобы очистить избу от всякого негатива. Когда домочадцы начинали беспричинно злиться, часто болеть или ссориться, у хозяйки всё из рук валилось, делалась эта куколка в виде веника. А потом проводился обряд. Дом убрали, в центре расстилали тряпицу, и самая старшая женщина в семье брала в руки Метлушку и по часовой стрелке заметала ею всё дурное на разложенный лоскут ткани. Ткань, как вы догадываетесь, после этого сжигалась.

А вот куколку На здоровье мотали из льняных ниток, клали больному в кровать, чтобы переманила она на себя болезнь. А после сжигали. На Домашнюю масленицу женщина повязывала ленточки каждый раз, когда в душе обида заводилась. И чтобы не копить её, хозяйка перекидывала эмоции на куколку. Делалась она на масленичной неделе, а через год сжигалась вместе с большой Масленицей.



Кукла Метлушка

Таким образом, главной функцией очистительных кукол было психоэмоциональное отреагирование и работа со сложными эмоциями. Они являлись либо средствами очистки от негативных переживаний, либо своего рода «мусорными корзинами» для разрушающих эмоций. Ведь выплеснуть эмоции на куклу безопаснее и полезнее, чем на родных и близких.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.